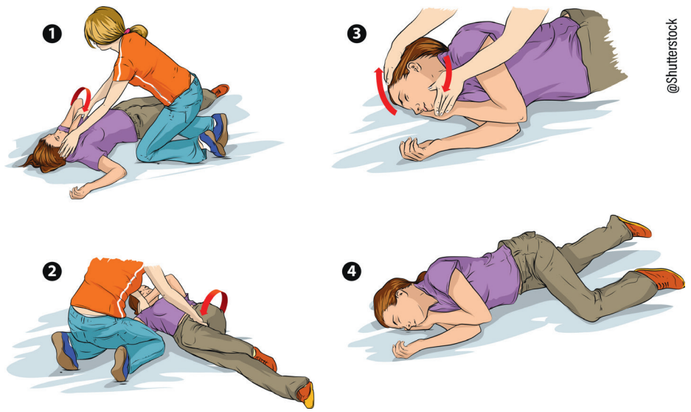
Une personne épileptique présentant une crise tonico-clonique NE PEUT PAS AVALER SA LANGUE. Il est donc fortement déconseillé de tenter de la retenir en introduisant ses doigts ou tout autre objet dans la bouche.

POSITION LATÉRALE DE SÉCURITÉ



@Shutterstock

BON À SAVOIR

Habituellement, il n'est pas nécessaire d'appeler un médecin ou les secours quand une personne connue pour être épileptique a une crise qui suit son déroulement habituel (convulsions durant moins de 5 minutes).

Sachez que certaines personnes éprouvent le besoin de dormir après une crise. Une personne endormie réagit lorsqu'on la secoue, une personne inconsciente ne réagit pas.

Dans le cas d'un enfant qui convulse avec de la fièvre, appelez un médecin ou les secours. En attendant, faites baisser la température en enlevant ses vêtements et en le rafraîchissant avec des serviettes humides.

Adhérez ou donnez

Agissons **ensemble** contre l'épilepsie. **REJOIGNEZ-NOUS** ou FAITES UN DON !

Nos bénévoles sont là pour vous aider :

ÉCOUTE, CONSEILS, INFORMATIONS, DOCUMENTATION, GROUPES DE RENCONTRES, SORTIES, AIDE ADMINISTRATIVE, SOCIALE ET JURIDIQUE

Il y a sûrement une antenne d'Épilepsie-France près de chez vous

Pour en savoir plus :
www.epilepsie-france.com

épilepsie france la vie d'abord
Association nationale de patients reconnue d'utilité publique

SIÈGE SOCIAL :
13 rue Frémicourt - 75015 PARIS
Tél. +33 (0)1 53 80 66 64
contact@epilepsie-france.fr

Tous droits réservés - RCS 394 365 993
IMPRIMERIE ROCHELAISE 202400014 EF

épilepsie france la vie d'abord

ÉPILEPSIE
QUE FAIRE FACE À UNE CRISE ?

INFORMER · ACCOMPAGNER · SENSIBILISER
DÉFENDRE LES DROITS DES PATIENTS

ÉPILEPSIE-FRANCE - Association nationale de patients reconnue d'utilité publique

MIEUX CONNAÎTRE L'ÉPILEPSIE

QU'EST-CE QUE L'ÉPILEPSIE ?

L'épilepsie est une **maladie neurologique chronique** caractérisée par la survenue de crises qui correspondent à un **dysfonctionnement soudain et transitoire de l'activité électrique du cerveau**. Aux yeux du grand public, l'épilepsie est associée à des crises avec convulsions alors qu'en réalité elle peut se manifester par une grande variété de symptômes. **C'est pourquoi on parle plutôt « d'épilepsieS » au pluriel.**

Les épilepsies constituent la troisième maladie neurologique la plus fréquente, derrière la migraine et les démences.

+ de 650 000 **personnes en France** sont concernées par l'épilepsie, soit **1 %** de la population, dans toutes les tranches d'âge et dans tous les milieux. **Ce n'est ni une maladie contagieuse, ni une maladie mentale.**

QUI EST CONCERNÉ ?

Nous sommes TOUS concernés, hommes et femmes, à toutes les périodes de la vie. L'épilepsie peut apparaître à n'importe quel âge, avec des pics d'apparition dans l'enfance et à partir de 60 ans. Les causes d'apparition de la maladie sont variées : lésions, malformations cérébrales, origine génétique, ou encore une cause inconnue.

110 PERSONNES PAR JOUR ont une 1re crise

1/3 DES ÉPILEPSIES résistent aux traitements médicamenteux

50 % ont moins de 10 ans

COMMENT SE MANIFESTE L'ÉPILEPSIE ?

Une **crise d'épilepsie** est un événement de survenue brutale, imprévisible, de fréquence et d'intensité variable. Elle est souvent de courte durée (quelques secondes à quelques minutes). Elle résulte d'une **activité électrique anormale** au niveau du cortex cérébral.

Cette crise peut se traduire par des **symptômes variés**.

Elle peut être la seule de toute l'existence. **Le diagnostic d'épilepsie n'est posé que lorsqu'il y a une répétition de ces crises spontanées.**

Certains symptômes peuvent être attribués à tort à d'autres pathologies : dépression, spasmophilie, maladie psychologique… avec pour conséquence des traitements inappropriés risquant d'exacerber une véritable épilepsie.

LES DIFFÉRENTS TYPES DE CRISES

Contrairement aux idées reçues, les symptômes de l'épilepsie ne se résument pas à des crises généralisées avec perte de connaissance et convulsions.

IL EXISTE DEUX GRANDS TYPES DE CRISES

LES CRISES FOCALES (OU PARTIELLES)

Ce sont des crises qui touchent une **zone localisée du cerveau**. Les symptômes varient en fonction de la région du cerveau impliquée. De ce fait, il y a une grande diversité d'expressions possibles : troubles de la conscience, de la mémoire, hallucinations olfactives, auditives, visuelles (impressions de « déjà-vu »), tremblements, gestes automatiques, mouvements répétitifs involontaires, mâchonnements, ruptures de contacts (absences), rigidités musculaires soudaines, troubles de l'équilibre voire chutes, désorientation, déambulation, paroles incohérentes, crises convulsives avec perte de connaissance et tremblements… Certaines crises partielles peuvent évoluer secondairement vers une crise généralisée tonico-clonique (convulsive).

LES CRISES GÉNÉRALISÉES

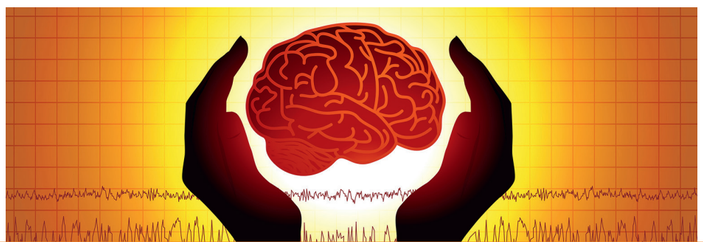
Elles touchent l'ensemble du cerveau.

Les crises tonico-cloniques ou convulsives

Ce sont les plus connues, les plus impressionnantes, mais ce ne sont pas les plus fréquentes. Elles se manifestent par une perte de connaissance avec chute brutale, mouvements convulsifs, secousses violentes. La personne peut se mordre la langue, bleuir (cyanose), arrêter de respirer (apnée), vomir, avoir parfois une perte d'urine ou de selles. La position latérale de sécurité est alors recommandée dès que possible (voir illustration). La durée d'une crise tonico-clonique varie généralement entre 2 et 4 minutes.
La personne reprend conscience peu à peu, mais peut être désorientée et fatiguée. Elle peut avoir besoin de dormir par la suite.

Les absences

Elles se manifestent par de **brèves ruptures de contact** (souvent quelques secondes) : la communication est interrompue, la personne est immobile, le regard fixe, ne se rend compte de rien et n'en garde ensuite aucun souvenir. Elles touchent plutôt l'enfant ou l'adolescent. Les crises peuvent se répéter plusieurs fois dans la journée.



PREMIERS SOINS EN CAS DE CRISE CONVULSIVE GÉNÉRALISÉE

Une crise généralisée peut sembler spectaculaire et effrayante. Il est important de savoir que la personne qui la subit ne ressent pas de douleur et qu'elle n'en aura probablement aucun souvenir. Si vous assistez à une crise généralisée, **RESTEZ CALME, et EMPÊCHEZ d'autres personnes d'AGIR DE FAÇON MALENCONTREUSE**. Vous ne pourrez arrêter le déroulement de la crise. Laissez-la suivre son cours. Montrez-vous rassurant et bienveillant, dès que la crise est terminée.

CE QU'IL FAUT FAIRE

- Notez l'heure précise du début des convulsions
- Dégagez l'espace autour de la personne et écartez les objets dangereux qui pourraient la blesser
- Protégez sa tête en plaçant un coussin ou un vêtement replié
- Desserrez ses vêtements, col, ceinture
- Éventuellement, enlevez ses lunettes
- Dès la fin des convulsions, allongez la personne sur le côté en Position Latérale de Sécurité
- Attendez qu'elle reprenne conscience
- Après la fin des convulsions et son retour à la conscience, rassurez la personne pendant la période de confusion qui peut suivre la crise

> AVERTISSEZ LES SECOURS

- si les convulsions durent + de 5 mn
- si la personne est blessée
- si elle ne reprend pas connaissance 10 mn après la fin des convulsions
- si plusieurs crises se succèdent

SAMU (15), Pompiers (18) ou 112 ou 114 pour les personnes sourdes ou malentendantes

CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- Ne mettez rien dans sa bouche et surtout pas vos doigts
- Ne déplacez pas la personne pendant les convulsions, sauf si elle se trouve en danger immédiat (bord de route, escalier, bord de l'eau, proximité immédiate d'un feu ou d'un radiateur brûlant…)
- N'entravez pas ses mouvements, n'essayez pas de l'asseoir ou de la contenir
- N'essayez pas de donner de médicament tant que la crise se déroule (sauf médicament d'urgence ordonné par une prescription médicale)
- Ne donnez rien à boire, ni à manger
- N'intervenez pas sans nécessité juste après la crise : laissez la personne récupérer et demeurez auprès d'elle jusqu'à ce que la période pendant laquelle elle est confuse et désorientée soit passée.